ÑAPA

Weekendbijlage
van dagblad Amigoe

zaterdag 28 mei 2016

Voor P.C. Hooft-prijs treedt Astrid Roemer even uit schaduw

Pagina 5, 6 & 7

Inhoud

Voorpagina 1
Inhoud 2
Uitgelicht 3
Eten & drinken 4
Literatuur 5, 6 & 7
Vallen en ouderen 8 & 9
Beroep onder de loep 10
Advertorial 11
Bundel Mirto F. Murray 12 & 13
Recht 14
Puzzels 15
CuraMix 16

Foto van de week.

Wat je allemaal nog wel niet meer kunt doen met de krant behalve lezen... De kinderen van een lezeres gebruikten oude Amigoes om zich te verkleden.

Heeft u een mooie foto? Stuur hem dan naar napa@amigoe.com.

Correctie

In de rubriek Riba Kaya in de Ñapa van vorige week stond per ongeluk een tekst twee keer afgedrukt. Een tekst was daardoor weggevallen. Meerdere lezers hebben ons daarop gewezen, waarvoor dank. Bij dezen alsnog de ontbrekende tekst.

Franka Oosterwaal (57)

Er zijn op Curaçao gelukkig veel organisaties die de dieren beschermen. Helaas zijn er wel heel veel honden die niet plaatsbaar zijn en dan jaren in een klein hokje zitten te wachten op een nieuw baasje. Dat is eigenlijk ook een vorm van mishandeling vind ik.
Er is een relatie aangetoond tussen het mishandelen van dieren als je nog jong bent en criminaliteit op latere leeftijd. Is het een gebrek aan normen en waarden? Is het machogedrag als je een dier mishandelt? Is het mentaliteit? We moeten onze kinderen vanaf jongs af aan leren dat je met respect met dieren omgaat. Je moet niet je mening opleggen, maar ze leren wat dieren voor de natuur betekenen. En wat betekenen dieren voor de mens? Als je niet bij de jeugd begint is het dweilen met de kraan open. Het zou een vast lespakket op school moeten zijn: omgang met dieren en de natuur in het algemeen. Dat komt ook het eiland ten goede.

Colofon

BLADMANAGER Linda van Eekeres
email: napa@amigoe.com
telefoon: 7672000

CORRECTIE Ari Manse

VORMGEVING Wendela Ataliede
Oscar Vanegas

Voorpaginafoto: Mylene Siegers

Aan deze Ñapa werkten mee:

Marja Berk
Monique Casimiri
Hans de Haan
Brede Kristensen
Judice Ledeboer
Mirto F. Murray
Susanne Pendjol-
Klarenbeek
May Voges
Mineke de Vries
Miriam de Windt
Ken Wong
Otti Thomas

Thuis.

Porchsale

Monique Casimiri

Wat doen we in Nederland toch met al die spullen die we niet meer willen hebben? Ik heb bijna een polsstok nodig om bij het bed te kunnen komen van zoonlief als hij een middag in zijn kamer heeft gespeeld. Tegenwoordig kun je veel slijten op marktplaats.nl. Aan de ene kant een snelle en anonieme manier om je spullen te verkopen, maar die anonimiteit is meteen ook het probleem. Mensen geven aan iets te willen kopen, maar komen het vervolgens nooit ophalen. Dat je daardoor het product niet aan anderen kunt slijten maakt ze niets uit. Liever verkoop ik het rechtstreeks aan de mensen. Een porchsale is een ideale manier, maar dat is hier niet gebruikelijk. Eén keer per jaar heb je een landelijke porchsale. Koningsdag heet die. Dan mag je op je kleedje alles verkopen wat je wilt. Dan is de stad één grote porchsale. Elke gemeente juicht dit toe en ik vind het altijd heel gezellig. Kleed aan kleed zit men gebroederlijk naast elkaar. Gemakkelijk is het niet altijd, aangezien je wel je hele hebben en houwen mee moet sjouwen naar dat kleedje, dat niet voor je voordeur ligt. En dat heen sjouwen is nog niet zo erg. Het wordt pas vervelend als je aan het eind van de dag niet alles hebt verkocht en je alles weer terug moet sjouwen. Om van je spullen af te komen mag je ook een kraam huren bij rommelmarkten. Wij hebben dat één keer gedaan. De huur van de kraam kostte ons 40 euro. We hebben een hele dag spullen uitgezocht die we mee wilden nemen, een hele dag achter de kraam gestaan in de stromende regen, heel veel naderhand weer in kunnen pakken om het vervolgens de volgende dag naar de stort te brengen. Drie dagen werk en de winst was 80 euro voor ons beiden. Het gaat om de sport zeggen ze dan. Nee, wij stonden daar puur voor de winst. En die winst woog niet op tegen al die uren werk die we erin hadden gestoken. De jaren erna brachten wij onze spullen naar de kringloopwinkel. Liever een ander er blij mee maken dan weggooien was het motto. Nu hebben we toch weer een hoop spullen verzameld en het idee van een porchsale blijft door mijn hoofd spoken. Bij de gemeente heb ik navraag gedaan en ik mag aan huis verkopen. Of ik dan ook reclame mag maken, vroeg ik. Wij wonen niet in een doorgaande woonwijk waar je tegen de verkoop aan kunt lopen. Nee, reclame maken mag niet op grote schaal. Met andere woorden, ik mag niet adverteren in de krant of door het hele dorp flyeren. Wel op kleine schaal. Ik mag briefjes ophangen in de supermarkten waarop ik aangeef dat wij een porchsale hebben en in de buurt mag ik gerust briefjes in de bus gooien. Nu nog uitvinden hoe dit in het Nederlands heet. Ik denk dat er alsnog geen mens komt als ik aangeef dat wij een porchsale houden. Tenzij ik dit toch stiekem adverteer via social media en verspreid onder mijn Antilliaanse kennissen en vrienden. Een garageverkoop is een aardig alternatief, denk ik. Of kleedjesverkoop. Nu nog zoonlief zo ver krijgen dat hij een deel van zijn speelgoed wil doneren aan mijn kleedje.

Uitgelicht.

Food Revolution Day

In Parke Tropikal vond zaterdag de Food Revolution Day plaats. De Food Revolution is een stichting die zich wereldwijd inzet voor educatie van kinderen over gezonde voeding. Muriel Strobos en Helmi Smeulders zijn de ambassadeurs van de stichting op

Foto's: **Ken Wong**

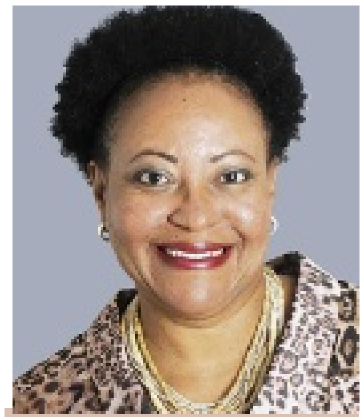
Food for thought.

Goede risotto van zetmeelrijke rijst

Risotto moeilijk te maken? Welnee! Elegant 'comfort food', eenpansgerecht, Italiaans én veelzijdig. Het proberen zeker waard.

Tekst: **Miriam de Windt**

Rijst is een belangrijke voedselsoort voor een groot deel van de wereldbevolking. China is de grootste producent en consument van rijst en Thailand is de grootste exporteur. 90 procent van alle rijst wordt nog steeds in Azië verbouwd en gegeten.
Wereldwijd worden er veel verschillende gerechten gemaakt van rijst of is het een belangrijk ingrediënt. Van rijstepap tot nasi, van sushi tot ingrediënt in de Latijns-Amerikaanse maaltijdsoep 'sancocho', van rijstevlaai tot risotto.
Risotto is héet Italiaanse rijstgerecht bij uitstek en komt oorspronkelijk uit het noorden van Italië. Het woord risotto is Lombardisch, de streektaal van Lombardije.
Risotto is eigenlijk niet meer en niet minder dan rijst gekookt in bouillon. Door het vele roeren komt het zetmeel uit de rijst vrij, het vocht wordt gebonden en u krijgt een romig, zacht rijstgerecht.
U dient u een rijstsoort te kiezen die zetmeelrijk is, met korrels die tijdens het koeken en roeren toch hun vorm behouden. Anders bereikt u niet de gewenste romige consistentie van een goede risotto. Een romige consistentie met rijstkorrels die hun vorm behouden, oogt heel anders dan vocht gebonden met rijst voor pap of pudding.
Welke soort rijst hangt ook een beetje af van de soort risotto: natte of droge. Voor een natte risotto heeft u een andere soort rijst nodig dan voor een droge.
Echte risottorijst zult u hier niet vaak tegenkomen in de supermarkt, snelkook- of namaak risottorijst wel.
Indien u op verpakking de benaming 'risottorijst' tegenkomt, zal het een rijstsoort zijn die u goed kunt gebruiken voor een risotto, maar u weet dan nog niet welke soort het is.



Miriam de Windt is diëtiste en natural nutritionist.
C 520-6932

Soorten risottorijst

De beste risottorijst heeft een halfronde, lange korrel. De drie bekendste en beste soorten zijn: Carnaroli, Arborio en Vialone Nano.
Carnaroli wordt de kaviaar, koning of Rolls-Royce van de risottorijstsoorten genoemd. Topchefs in Milaan gebruiken graag de Carnaroli, omdat het een goede smaak heeft en het eindproduct een romige risotto is waarbij toch elke korrel zijn vorm behoudt.
Vialone Nano heeft een kortere korrel, en komt uit de streek rond Venetië. De Vialone Nano wordt verbouwd zonder chemicaliën, hetgeen een bijzonder interessant gegeven is, gezien het meer dan rijkelijke gebruik van pesticiden tegenwoordig.
Zeldzame soorten zijn verder: Baldo, Calriso en Maratelli, Sant'Andrea en Roma.
Benamingen als 'Superfino', 'Semifino' of 'Fino' op de verpakking hebben betrekking op de breedte van de korrel, niet op de kwaliteit van de rijst. Arborio laat niet zoveel zetmeel los als de Carnaroli, maar het is het beste verkrijgbaar en derhalve ook de meest gebruikte rijstsoort voor risotto. Arborio wordt tegenwoordig vooral verbouwd in de streken Piedmonte en Lombardije, maar ook in de Amerikaanse staat Californië.
Witte Arborio is een licht klevende rijst met grote, bijna ronde korrels die tijdens het koken veel vocht opnemen maar vanbinnen toch stevig blijven. Heel geschikt voor een mooie romige risotto. U kunt ook zilvervlies Arborio krijgen. Deze is minder kleverig en niet zo geschikt voor risotto.
Een tip: de rijst niet wassen voor het koken om zo veel mogelijk het zetmeel te behouden.

Prosciutto

Prosciutto is het Italiaanse woord voor rauwe ham. En niet zoals velen denken een bepaalde manier van pekelen. Er zijn twee bekende soorten: prosciutto di San Daniele en prosciutto di Parma.
Voor het maken van prosciutto, San Daniele of Parma, wordt alleen het vlees van bepaalde varkensrassen gebruikt. Deze varkensrassen komen uit Centraal- en Noord-Italië en krijgen een speciale voeding.
Om prosciutto te maken wordt de ham gepekeld en gedroogd. Het drogen gebeurt in een goed geventileerde, donkere ruimte. Nooit machinaal. Het droogproces kan tot zelfs twee jaar duren.
Prosciutto wordt in flinterdunne plakjes gesneden en veelal rauw gegeten. Prosciutto kan licht gebakken worden.

Analyse

Deze risotto levert de volgende gewenste goede voedingsstoffen: kalk, ijzer, vitamines A, B1 en B2. De kaas, rijst, boter, doperwten en ook de prosciutto zijn hiervan de leverancier.
Ongewenste voedingsstoffen zijn er helaas ook in dit gerecht. Namelijk vetten, verzadigde vetten, cholesterol en zout, geleverd door de boter, kaas en de prosciutto. Dat zijn bijna dezelfde ingrediënten die ook de goede voedingsstoffen leveren. Het is dan een kwestie van welk ingrediënt u kunt minderen zonder in te boeten aan smaak en kwaliteit van de risotto. Voor wat betreft de vetten en het cholesterol, is de hoeveelheid boter de grootste boosdoener. En het zout komt voornamelijk van de bouillon. Dus, met minder boter en bouillon die minder zout bevat, bent u al goed bezig. Ook kunt u minder rijst nemen en naar verhouding de andere ingrediënten aanpassen.
Iemand met een streng vetbeperkt, cholesterolbeperkt en/of natriumbeperkt dieet, kan helaas niet smullen van een rijke, smeuïge risotto. Maar niet getreurd, er zijn genoeg andere risottorecepten die u kunt kiezen, zelfs vegetarische risotto met alleen groente en beetje kaas.

Kook mee met May.

Ingrediënten:
¼ cup ongezouten roomboter
1 kleine ui, schoongemaakt en heel klein gesneden
75 gram heel dun gesneden prosciutto, in stukjes
1 takje rozemarijn
400 gram Arborio rijst
⅔ cup droge witte wijn (pinot)
4¼ cup geurige eigen getrokken en gezeefde kippenbouillon
1 cup vers gemalen Parmezaanse kaas
1 cup diepvries doperwtjes

Bereidingswijze:
De boter in een pan met dikke bodem smelten, de ui toevoegen en op een laag pitje zacht bakken (niet bruin laten worden).
De prosciutto toevoegen, 1 minuut meebakken, vervolgens de rijst en de rozemarijn toevoegen.
Roeren tot de rijst transparant is.
De wijn toevoegen, roeren tot deze helemaal is geabsorbeerd.
De bouillon telkens met een soeplepel toevoegen, roeren tot alles is geabsorbeerd.
Na 20 minuten zal de rijst romig en dik zijn maar al dente.
De Parmezaanse kaas er doorheen roeren en dan de doperwtjes.

Eet smakelijk,
May

Eerste Caribische winnaar P.C. Hooft-prijs

De Surinaamse schrijfster Astrid Roemer is de eerste Caribische auteur die de P.C. Hooft-prijs in ontvangst mocht nemen. Ze draagt hem op aan andere Caribische auteurs, onder wie Frank Martinus Arion. "Ik houd van zijn romans want die gaan over mensen die ik herken, personen zoals ik en over levens die invoelbaar zijn."

Tekst: **Otti Thomas** Foto's: **Mylene Siegers**

"Kijk nou! Wie kan dit nu niet mooi vinden?", antwoordt Astrid Roemer op de vraag hoe ze uitreiking van de P.C. Hooft-prijs ervaart. Ze neemt felicitaties in ontvangst, spreekt met aanwezigen en poseert voor foto's met oude vrienden en onbekende bewonderaars. Misschien is ze niet helemaal op haar gemak, maar de 69-jarige Surinaamse schrijfster is dan ook niet opgegroeid met de sociale verplichtingen van de selfie-generatie.

Ruim een week geleden kreeg Roemer de toonaangevende P.C. Hooft-prijs 2016 voor auteurs van Nederlandstalige literatuur, poëzie en essays. Een vakjury erkende hiermee de relevantie en eigenheid van Roemers romans. "Politiek engagement en literair experiment gaan bij Roemer hand in hand. Naar het oordeel van de jury leidt dat tot romans die tegelijk scherpe en relevante interventies in het publieke debat zijn én complexe literaire verbeeldingen van de geschiedenis van Suriname."

De prijs is bijzonder als erkenning van het volledige romanoeuvre van Roemer. Maar na 63 Europees-Nederlandse auteurs en één Zuid-Afrikaanse dichteres is ze bovendien de eerste Caribische winnaar van de prijs. De keuze voor Roemer, ook pas de vijfde vrouw die de prijs krijgt, wordt daarom toch ook een beetje gezien als een erkenning voor Caribische literatuur.

De Surinaamse schrijfster heeft daar zelf gemengde gevoelens over, zo bleek uit haar 'Roemeriaanse' dankwoord. "Was mij een literaire prijs toegekend vanwege het land waar ik ben geboren, vanwege mijn etniciteit, mijn sekse en gezien de aard van mijn romantische liefdeskeuzes: ik zou de prijs, hoe prestigieus ook, niet accepteren, omdat de ontwikkeling die ik heb doorgemaakt mij juist heeft losgekoppeld van de levensfeiten waarvoor ik, welbeschouwd, geen keus heb kunnen maken; ja, mijn gasten, ook de liefde is mij aangedaan!"

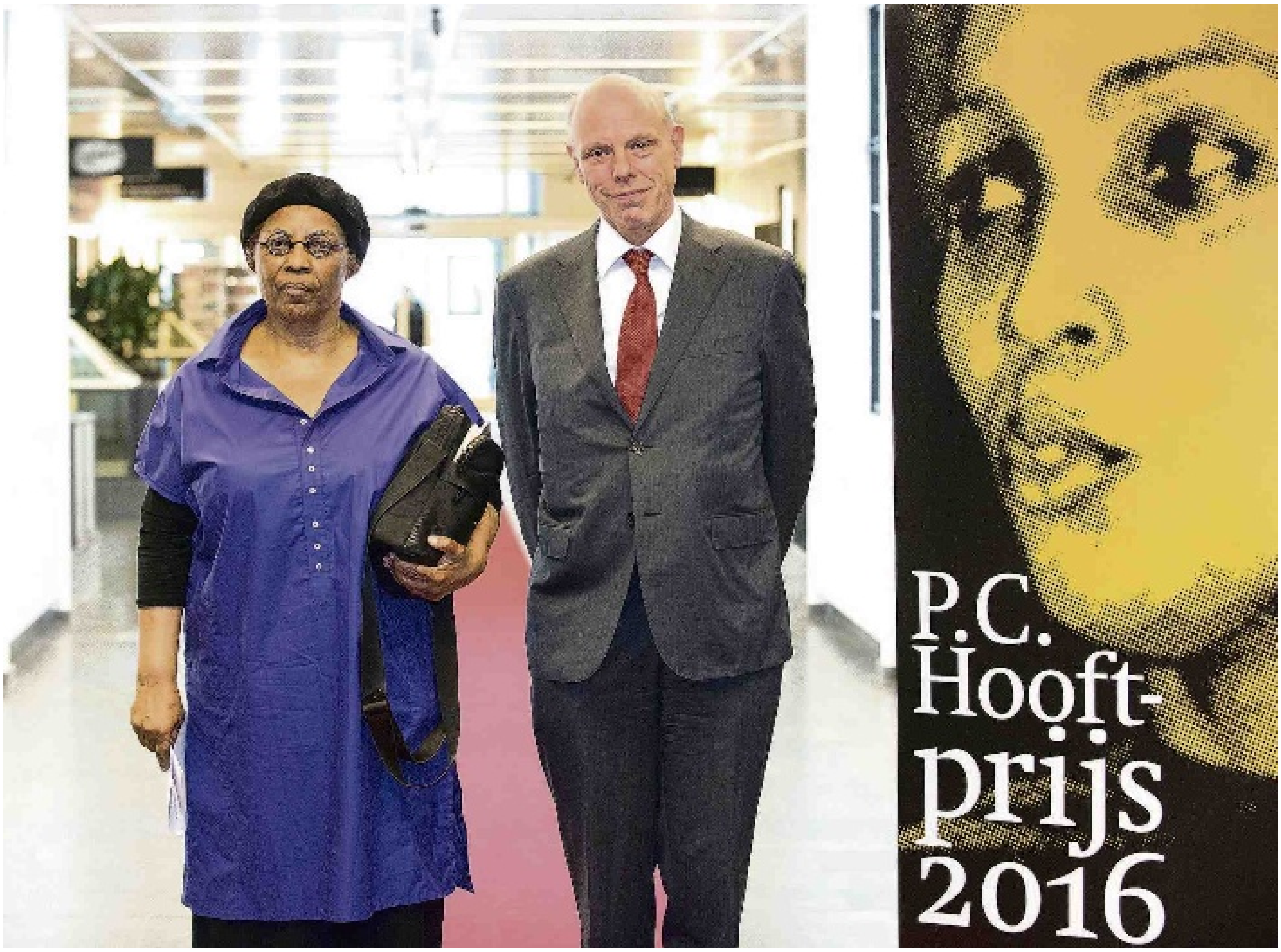
Bloedgroepauteurs

Toch draagt ze de prijs op aan andere Caribische schrijvers. Ze verzocht de stichting P.C. Hooft-prijs om de namen van vijf auteurs in de prijs te graveren: de Surinaamse auteurs Bea Vianen, Edgar Cairo en Anil Ramdas en de Curaçaose schrijver Frank Martinus Arion.

"Mijn bloedgroepauteurs hebben net als ik de worsteling gekend met een identiteit die meer belastend is dan bevrijdend, die meer verdriet heeft gegenereerd dan vreugde. En niet omdat met individuen uit gekoloniseerde leefgebieden iets niet in orde is, maar omdat een dergelijke etnisch-culturele identiteit overal ter wereld meebeweegt met de waan van de dag, zoals bij een beursgenoteerde waarde."

Roemers P.C. Hooft-prijs is dus een beetje een Caribische prijs, net zoals Roemer stiekem een beetje gezien mag worden als een Curaçaose auteur. Bewust koos ze tijdens de uitreiking voor een optreden door Izaline Calister. Ze belde de Curaçaose zangeres met het verzoek om drie liedjes te zingen, waaronder het tweetalige 'Abraca me/Omhels me dan' van de Nederlandse band Bløf en de Portugese zanger Fernando Lameirinhas. "Het is toch ook een beetje Papiaments", had ze tegen Calister gezegd.

Vervolg op pagina 6



Astrid Roemer en Gilles Dorleijn, bestuursvoorzitter van de stichting P.C. Hooftprijs.

Astrid Roemer: Meer

U voelt een sterke band met de voormalige Nederlandse Antillen. Is dat enkel de gedeelde geschiedenis of is er meer?
"Ik heb diepe relaties met de Antillen, al sinds mijn kinderjaren. Mijn vader heeft er lang gewoond met zijn gezin. Als tiener verzamelde ik briefkaarten en ben mede daardoor blijvend verslingerd geraakt aan de oceaan. Staande op de dijken van Zeedijk in Nickerie zag ik daar een woest stuk van. Ik dacht veel aan de mannen van onze familiestamboom. Het is echt geen wonder dat in mijn vroege werk Curaçao een rol speelt maar zelfs later, in mijn trilogie, is het eiland opgedoken. Curaçao heb ik bezocht en geloof me: ik wilde niet terug naar huis!"

U draagt de prijs op aan auteurs met wie u zich verwant voelt, onder wie Frank Martinus Arion. Wat bewondert u in zijn werk?
"Frank Martinus Arion is altijd in mijn gedachten omdat ik vooral aan hem denk als ik aanmoediging nodig heb om te schrijven. Zijn moed om als gevierd auteur op een klein eiland te wonen en er allerlei opmerkelijke activiteiten te ontwikkelen in het belang van zijn gemeenschap verdient ook mijn bewondering. En ik houd van zijn romans, want die gaan over mensen die ik herken, personen zoals ik en over levens die invoelbaar zijn. Maar het meest van belang is het feit, dat al zijn werk mij diep raakt."

Zijn er andere Caribisch auteurs of kunstenaars die u waardeert?
"Het werk van theatermaker Felix de Rooy en zijn vroegere levensmaat (Norman de Palm, red.) was werkelijk inspirerend en met wijlen Rufus Collins hebben wij hoogtepunten gevierd op het vlak van vernieuwend theater. Het is jammer dat ik nauwelijks doeken heb gezien van Felix de Rooy en anderen, maar we hadden allen drukbezette levens. Ik heb ook heel prettig gewerkt met uw regisseur/politicus John Leerdam. Mooie producties zijn er uit dat contact ontstaan. En Paulette Smit is een groot actrice!"

Surinamers en Caribische Nederlanders staan niet bekend als fanatieke lezers en wereldwijd daalt de interesse voor lezen. Hoe ervaart u dat? Zijn theater en film een goed alternatief?
"Visuele kunstvormen zoals film en theater zijn beslist noodzakelijk in deze tijd van beeldschermen. Beeldschermen die bovendien een vereenvoudigde realiteit uitbeelden. Film en theater kunnen diepgang bieden. Maar boeken, dat wil zeggen teksten, zijn van onuitsprekelijk belang voor onze mentale vermogens. Een uitgebreide taalschat is bevorderlijk voor het denken, voor het leggen van verbanden, voor het vinden van oplossingen voor allerlei problemen. Informatie die via taaluitingen tot ons komt, is van een heel andere betekenis dan informatie die ons via beelden bereikt. Er zijn wereldwijd minder analfabeten dan decennia geleden, dus taaltekens blijven van belang: uitgesproken en opgeschreven. Er wordt meer gelezen dan ooit.

Documentaire

Astrid Roemer schudt haar hoofd. Niet ontkennend, maar ontwijkend als in een poging om gedachten te weren. Uiteindelijk, zichtbaar worstelend op zoek naar de juiste woorden, concludeert ze dat ze alles kan missen; lekker eten, een geliefde, champagne en andere dingen waar ze van geniet. "Maar leven zonder schrijven? Verschrikkelijk! Ik zou dood gaan."
Uit de documentaire 'Astrid H. Roemer, de wereld is gezicht verloren' van regisseur Cindy Kersenborn.

verdriet dan vreugde

Moderne communicatiemiddelen zullen nieuwe manieren vinden om het papier te mijden en het boek te verheffen naar een meer duurzame en milieuvriendelijke vorm: vast en zeker!"

Bent u tevreden over uw bijdrage aan de literatuur, ook als onderdeel van de opvoeding van een nieuwe generatie?
"Goede leerkrachten zijn onontbeerlijk voor goed taalonderwijs. Meer leerkrachten op scholen en opleidingsinstituten is mijn politieke slogan. Ik bedoel te zeggen dat jongeren kunnen leren om hun weg te vinden in het enorme literaire erfgoed van de wereld en dat zij daarbij de deskundige en geduldige hulp van professionele, ervaren lezers nodig hebben. Want vergis je niet: songteksten zijn in wezen gedichten en onze jongeren leven met muziek en hebben dus gevoel voor literatuur. Mijn werk heeft goede leerkrachten nodig om jongeren te bereiken en aldus mogelijk meer effect te bewerkstelligen. Maar mijn werk doet ook pijn want het behandelt veelal kwesties die volwassenen liever onbesproken laten."

Excentriek
Roemer staat bekend als eigenzinnig of excentriek.
In de documentaire 'Astrid H. Roemer, de wereld is gezicht verloren' vertelt de Schot Ian MacQueen, waar ze enige tijd een huis van huurde, dat haar kat met het vliegtuig reisde, terwijl ze zelf met de boot ging. In de lokale supermarkt vulde ze niet zelf haar boodschappenkarretje, maar vroeg ze aan het winkelpersoneel om mee te lopen en dat voor haar te doen.

Ook nu noemt ze een stalker die haar al jarenlang achtervolgt, de diefstal van haar spullen en de identiteitsfraude, waar ze slachtoffer van is geworden. "Als auteur leid ik een ongemakkelijk bestaan en auteurs met wie ik mij verwant voel, zijn op tragische wijze uit het publieke domein geraakt: ziekte, zelfdoding. Er is veel mentaal geweld gebruikt tegen mij en ik mag blij zijn dat ik nog leef", zegt ze.
Roemers aanwezigheid bij de uitreiking van de P.C. Hooftprijs zorgt voor evenwicht. Ze wilde weliswaar dat de stoel naast haar gereserveerd werd voor haar kat, die overigens niet aanwezig was.
"Ze wilde niet mee", meldt Roemer. Maar het is vooral een mooie gedachte dat ze de stoel aan haar andere zijde vrij wilde houden voor 'een persoon die gemist wordt'.
Het is begrijpelijk dat ze na afloop niet eindeloos handen wilde schudden of door iedereen, ook totale onbekenden, omhelsd of gekust wilde worden. Een van de weinig omhelzingen was voor Cindy Kersenborn, regisseur van de eerder genoemde documentaire.
Feit blijft dat Roemer zich bewust afzondert. Ze had in eerste instantie gevraagd of de P.C. Hooft-prijs opgestuurd kon worden, zodat ze hem niet zelf in ontvangst hoefde te nemen. En nu ze hem wel in ontvangst heeft genomen, laat ze hem achter in het Letterkundig Museum. "Dat is voor iedereen toegankelijk. Mijn huis in Gent is dat niet."

Ik dacht eigenlijk dat u koos voor een leven buiten de publiciteit omdat voortdurend uw mening werd gevraagd over politieke ontwikkelingen in Suriname, lesbische relaties, vrouwenemancipatie en dekolonisatie?
"Ik heb altijd al een min of meer teruggetrokken bestaan geleid en een duidelijke scheiding gehouden tussen mijn privébestaan en mijn publieke wederwaardigheden als auteur. Toen ik mij echter bedreigd begon te voelen als privépersoon heb ik mij heel erg los gewikkeld van onder andere publieke activiteiten en ben zelfs mijn heil buiten Nederland gaan zoeken. Ik heb mij dus om andere redenen afgezonderd, maar ben nooit verdwenen uit het publieke debat omdat mijn romans, gedichten, dramateksten, essays en columns plus interviews beschikbaar zijn gebleven."

Heeft de uitreiking van deze prijs daar iets in veranderd?
"De P.C. Hooft-prijs heeft het makkelijker gemaakt voor mij om mijn werkplan verder uit te voeren en aldus via mijn nieuwe publicaties meer zichtbaar te worden voor het publiek. Ik ben ook in mijn noodgedwongen afzondering gewoon doorgegaan met schrijven en indien mogelijk blijven genieten van de natuur en allerlei kunstvormen, zoals muziek, dans en beeldende kunst."

Veel van de onderwerpen waar u in het verleden uw mening over gaf, zijn nog steeds actueel. Voelt u nooit de neiging om uw mening te geven over bijvoorbeeld Zwarte Piet, waar u in het verleden een duidelijk standpunt over had, corruptie, dekolonisatie of misschien zelfs de ontmanteling van de Nederlandse Antillen, waarbij de bevolking, anders dan in Suriname, koos om niet geheel onafhankelijk te worden van Nederland?
"Het doet mij goed te ervaren hoe de argumenten die ik ooit had geformuleerd nog prominent meedoen in actuele discussies. Het is echt geen arrogantie van mij als ik beweer dat ik nog zoveel toe te voegen heb om bepaalde discussies te verhelderen en aan te scherpen. Maar jong volk heeft er recht op zelf bij bepaalde inzichten te komen door helder na te denken en effectief te articuleren. Ik houd mij dan in als senior, begrijp je, ook al ben ik dol op het publieke debat!"

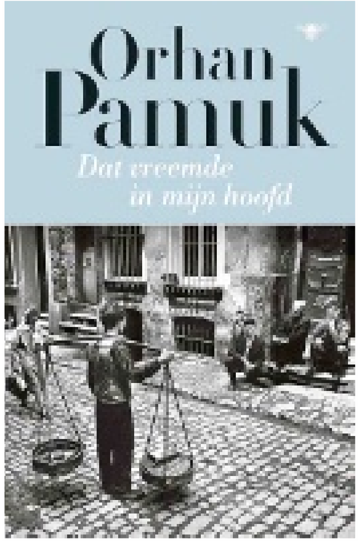
Uitgever In de Knipscheer

Roemer is veel dank verschuldigd aan In de Knipscheer, in 1979 uitgever van 'Over de gekte van een vrouw'. Vooral Jos Knipscheer is van betekenis geweest. "Hij heeft contact met mij gemaakt en hij heeft mijn zelfvertrouwen gefundeerd door mij moeiteloos uit te geven in Nederland. Hij liet me mijn vorm zoeken en vinden en was daarin terughoudend en geenszins sturend. Hij heeft mij geleerd vragen te stellen bij alles wat ik schrijvenderwijs uitvind en die vragen met rationele argumenten te beantwoorden. Hij heeft mij regelrecht, net als enkele andere heren uitgevers, docent Lam van Gisbergen en minnaar Bill naar de P.C. Hooft-prijs genavigeerd, ook al heb ik de moeizame weg van zestig jaren schrijven en publiceren helemaal alleen moeten afleggen."

Letra

Julinio William Anthony
'Descendanten', geschreven door Julinio William Anthony. Het boek dat als e-book kan worden besteld en gelezen. Op de 'cover online' wordt het als volgt aangekondigd: "Tijdens de Britse overheersing wordt Stefanus Martien Anthony geboren, zoon van een alleenstaande moeder. Hij groeit op in een periode met veel discussies tussen de kerk en de staat over het wettelijk huwelijk van slaven, het erkennen van hun kinderen en het onderwijs. Gaande het dispuut met betrekking tot zedelijkheid en losbandigheid in de samenleving, wordt het kleine jongetje later een voorbeeld voor de moreel van het huwelijk tussen slaven en vrije personen. Op jonge leeftijd krijgt Stefanus Martien Anthony een liefdesrelatie met een slavenmeisje genaamd Martha Flora. In 1841 trouwt hij met haar. Tot aan de dood zijn ze bij elkaar gebleven. Hun liefdesgeschiedenis is de geschiedenis van Curaçao en Bonaire: armoede en rijkdom, geluk en verdriet. Lees hoe de nakomelingen verder door het leven zijn gegaan en over de nalatenschap van Jan Hendrik. 'Descendanten' is een beschrijving van een familiegeschiedenis."

Orhan Pamuk
En er is nog een familiegeschiedenis verschenen. Orhan Pamuk, de Turkse schrijver die de Nobelprijs voor literatuur ontving, kennen velen van zijn onvergetelijke en spannende roman 'Ik heet karmozijn'. In al zijn romans is Pamuk vanuit een mengeling van nostalgie en nieuwsgierigheid op zoek



naar het waarom, hoe en wat van de modernisering van Turkije. In zijn dagboekachtige Istanbul heeft nostalgie de overhand. Zijn nieuwste boek 'Dat vreemde in mijn hoofd' is een familiegeschiedenis gebaseerd op een vergissing. De jonge hoofdpersoon Mevlut is gefascineerd door een meisje dat hij op een bruiloft observeerde. Met hulp van brieven maakt hij haar het hof. Na enkele jaren arrangeert haar broer de eerste ontmoeting. Dan blijkt dat hij hun namen verwisselde en niet haar schreef, maar haar oudere, minder mooie zus. Dat was wel even vreselijk schrikken en ten slotte slikken. Want ze trouwen toch en bouwen een eenvoudig leven op in het zich moderniserende Istanbul. Mevlut ziet het allemaal veranderen. Oude wijken moeten plaatsmaken voor grote flatgebouwen. Het politieke gekonkel en intimidatie zijn niet van de lucht. De oude traditionele en nogal ruimdenkende bevolking van Istanbul, waaronder ook veel christenen, moet plaatsmaken voor instromende plattelandbewoners boordevol primitieve opvattingen, prooien voor engdenkende, bezitterige en bedillerige imams. Economisch gezien is het leven hard. Mevlut verkoopt boza op straat, een typisch Turks drankje. Helaas wordt het steeds vaker op grote schaal fabrieksmatig geproduceerd en hygiënisch in flesjes verpakt en verkocht. Met moeite knopen Mevlut en Rayiha de eindjes bij elkaar. Aan de vele familieverwikkelingen en perikelen komt geen einde. De roman kabbelt langzaam voort, 600 pagina's lang. De lezer heeft tijd en geduld nodig. De beloning is een dieper inzicht in de gewone en dagelijkse krachten in ons en om ons heen die modernisering bevorderen en belemmeren.

Valpreventie voor ouderen verdient aandacht

De grote angst van ouderen is dat ze ongelukkig kunnen vallen en daardoor een bot kunnen breken, meestal de heup, en ook dat ze dan niet zelfstandig kunnen opstaan en daardoor soms urenlang hulpeloos op de grond liggen. Die angst is terecht, want vallen is één van de grootste risico's voor ouderen die slecht ter been zijn, met dikwijls ernstige gevolgen.

Tekst: **Hans de Haan** Foto's: **Shutterstock**

In de gezondheidszorg wordt helaas nog weinig aandacht besteed aan valpreventie voor ouderen. Gelukkig is er deze maand op dit gebied een ommekeer ontstaan. Er verscheen een artikel hierover van hoge kwaliteit in het *British Medical Journal* en wetenschapper Tanja Dorresteijn promoveerde op dit onderwerp. Aanleiding voor een artikel.

De titel van het Engelse artikel luidt: 'Prevention of falls in older people living in the community' (preventie van het vallen van ouderen in onze gemeenschap). Dit artikel werd door de redactie van het tijdschrift zelfs onderscheiden met de term 'State of the art review'. Het bevat een uitgebreide opsomming van risicofactoren die kunnen leiden tot vallen, waarop later wordt teruggekomen.
Het overzicht is gebaseerd op een uitgebreid literatuuronderzoek (157 referenties) over ruim twintig jaar, waarmee wordt bevestigd dat deze 'ramp' onder ouderen schrikbarend veel voorkomt. Het blijkt ook een onderwerp te zijn waarover niet graag wordt gepraat en geschreven. Er is slechts een beperkt aantal artikelen die preventieve maatregelen aanbieden om de kans op het vallen te beperken. Het lijkt wel of er een taboe bestaat voor dit grote risico dat ouderen kan overkomen.

Schokkende cijfers

Volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) bedraagt de kans op vallen van ouderen van 65 jaar en ouder jaarlijks 28 tot 35 procent, welk percentage stijgt met de leeftijd. Uit verschillende studies is gebleken dat vallen de voornaamste oorzaak is van letsel bij ouderen wat kan leiden tot invaliditeit en overlijden. In 40 tot 60 procent van de gevallen ontstaan verwondingen, botbreuken of hersenletsel en in 68 procent heeft dit geleid tot medische zorg. Bijna 95 procent van alle heupfracturen wordt veroorzaakt door een val en 95 procent van deze ouderen belandt hierna in een verpleeg- of verzorgingshuis. Ten slotte overlijdt 20 procent van hen binnen een jaar.

Deze gebeurtenissen hebben ook ernstige economische gevolgen. De National Health Service (NHS) in Engeland heeft uitgerekend dat de kosten van medische behandeling hiervan per jaar 4,6 miljoen pond (11,8 miljoen gulden) bedraagt. In de Verenigde Staten bedroegen in 2012 deze kosten 30 miljard dollar (53,6 miljard gulden).
Een groot probleem na een val is de angst om weer te vallen, waar 25 procent van de ouderen onder lijdt. De statistieken hierover geven aan dat na de eerste val de kans op een nieuwe val binnen een jaar 66 procent bedraagt. Deze schokkende cijfers hebben gelukkig geleid tot diverse initiatieven om te komen tot werkzame methoden voor een effectieve valpreventie voor ouderen.

Valpreventie

Het is duidelijk dat kwetsbare ouderen met meerdere van de in het kader benoemde risicofactoren een grote kans lopen om te vallen. De eerste daad voor een effectieve valpreventie is daarom om bij elke oudere van 65 jaar of ouder het risico in te schatten of hij of zij in de nabije toekomst zal vallen. In dit opzicht zou het verstandig zijn wanneer zowel de huisarts, de wijkverpleegkundige als de fysiotherapeut – liefst gezamenlijk – dit zouden vaststellen.
Blijkt dit risico hoog te zijn, kunnen effectieve maatregelen worden genomen, zoals de aanschaf van een looprek of een rollator, het aanbrengen van steunen (handgrepen en verticale stangen) vooral in en bij de douche en het toilet. Vervolgens – indien nodig – aanpassing van de medicatie, krachttraining van de spieren met eenvoudige apparatuur, Tai Chi oefeningen, gedragstherapie, verbetering van de visus en het gebruik van een pamper bij incontinentie.
Er zijn zelfs videospelen ontwikkeld voor ouderen om hun bewegingen, evenwichtsgevoel en snelheid van reactie te trainen. Vooral de aanwezigheid van voldoende steunen in huis op de riskante plaatsen, werkt zeer preventief.

Australisch onderzoek

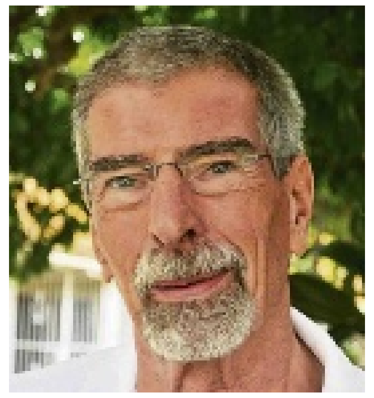
Ouderen die balans- en krachtoefeningen in hun dagelijkse activiteiten inbouwen, vallen minder vaak dan hun leeftijdgenoten die op een traditionele manier oefenen of helemaal niet. Dat blijkt uit een onderzoek bij Australische 70-plussers door Lindy Clemson, dat in 2012 is gepubliceerd in het British Medical Journal.
Het betreft een oefenprogramma bij 317 ouderen van gemiddeld 83 jaar die voorheen een keer gevallen zijn, verdeeld in drie groepen. Eén groep deed wat lichte oefeningen, de tweede groep moest drie keer per week gerichte oefeningen uitvoeren en de derde groep onderging Life (Lifestyle Integrated Functional Exercise) om de kracht en balans te verbeteren onder leiding van professionele trainers. In de twaalf maanden follow-up vielen – vergeleken met de twee andere groepen – de deelnemers van de Life-groep het minst aantal keren.

Nederlands proefschrift

Tanja Dorresteijn, een Nederlandse gezondheidswetenschapper, promoveerde op 12 mei aan de Medische Faculteit in Maastricht op het onderwerp 'Valpreventie aan huis voor kwetsbare ouderen'. Zij deed onderzoek naar een programma voor ouderen die niet naar een groepscursus kunnen of willen komen, vanwege bijvoorbeeld hoge leeftijd of een invaliderende ziekte. Deze cursus heet (vertaald) 'Thuis in balans' en houdt in dat een getrainde verpleegkundige de oudere driemaal per week persoonlijk bezoekt en vier keer per week opbelt. Er wordt dan gesproken over onder meer vallen, het nut van lichaamsbeweging en het overwinnen van angsten. Dit resulteert in persoonlijke adviezen en een passend oefenprogramma.
Dorresteijn evalueerde de cursus volgens de methode van een RCT (randomized controled trial) bij 400 ouderen van 70 jaar en ouder. Na twaalf maanden was de valangst bij de interventiegroep (133 deelnemers) statistisch significant minder dan bij de controlegroep (162 deelnemers). Het aantal valincidenten thuis nam overigens niet beduidend af, maar deze ouderen vielen dan buitenshuis en dus minder vaak thuis.
De cursus kost 700 euro (1418 gulden) per deelnemer, maar door de vermindering van het aantal valincidenten en de daarbij behorende hoge medische kosten, lijkt deze therapie toch kosteneffectief te zijn.
Het proefschrift is geschreven in het Engels, maar bevat wel een uitgebreide samenvatting in het Nederlands. Het is vrij te downloaden via https://hsr.mumc.maastrichtuniversity.nl/defense-tanja-dorresteijn. Klik vervolgens naast de illustratie op Dissertation.

Advies

Dit onderwerp confronteert ons met een medisch aspect binnen onze gezondheidszorg waarvan men zich eigenlijk nauwelijks bewust is. Ouder worden gaat gepaard met ziekten en stoornissen, dat weet iedereen, maar slechts weinig mensen beseffen dat 'vallen' ook hieronder valt en een enorme impact kan hebben op de kwaliteit van leven van ouderen. Zoals de cijfers in dit artikel hebben laten zien, staat het breken van de heup bovenaan de lijst van de gevolgen van vallen.
Voor de meest kwetsbare ouderen is een dergelijk ongeluk een ramp die kan leiden tot invaliditeit en sterke afhankelijkheid.
Dankzij een onderzoek naar het aantal heupfracturen op Curaçao, dat al enige tijd loopt, weten we toevallig hoe vaak deze breuk hier voorkomt, namelijk in de periode 2010 tot 2012, 193 maal, gemiddeld dus 64 maal per jaar. Men kan hierbij aannemen dat het hier in de meeste gevallen gaat over een breuk na een val. Zoals we nu weten, kan er nu veel gedaan worden om dit vallen te voorkomen.
Het is daarom de taak van medisch specialisten, huisartsen, verpleegkundigen, paramedici, maar ook van verzekeraars en de overheid om maatregelen te nemen voor het opzetten van een organisatie die zich specifiek richt op valpreventie bij ouderen.



Hans de Haan is arts en jarenlang actief geweest als medisch adviseur bij diverse instanties.

Risicofactoren

Hier volgt een opsomming van de risicofactoren die volgens diverse studies bij ouderen aanleiding geven tot vallen:

– Een reeds doorgemaakte val in het afgelopen jaar
– Angst om te vallen
– Beperkt gezichtsvermogen
– Wankele en slingerende loop door evenwichtsstoornissen
– Toenemende variatie in de staplengte (onregelmatige gang)
– Pijn in het been of de voet
– Aanzienlijk verlies van spierweefsel
– Overgewicht
– Het gebruik van bepaalde geneesmiddelen, vooral kalmerende medicijnen
– Hart- en vaatziekten
– De kans op flauwtes of wegrakingen (syncopes)
– Cognitieve stoornissen (met betrekking tot het denken) van waarneming
– Urine-incontinentie die aanleiding geeft tot het (te) snel lopen naar het toilet
– Loopstoornissen ten gevolge van een doorgemaakte beroerte
– Neurologische stoornissen (neuropathie) door suikerziekte

Beroep onder de loep.

'Ik ben een zeer tevreden mens'

Een gezonde geest in een gezond lichaam en sport verbroedert. Het zijn wat clichés maar zeker van toepassing op Rob Gogulski. Dat klinkt Pools en dat is het ook. Rob beoefent geen sport, hij ís sport. Dat heeft geresulteerd in zijn sportschool Pro-Fit Curaçao die hij samen met compagnon Gideon Jonker startte. In 1992 verhuisde Gogulski van Nederland – waar hij onder meer werkte als uitbener – naar Curaçao en werd de Antilliaanse judo- en kickbokskampioen. Hij liet het vechten zelf achter zich, werd trainer en haalt daar veel voldoening uit.

Tekst en foto: **Marja Berk**

Wat houdt je werk in?

"Ik ben altijd bezig geweest met sport en beoefen het zelf ook al heel wat jaren. Na mijn carrière als vechter besloot ik trainer te worden. We geven les in diverse sporten, onder andere judo, kickboksen en Thaiboksen of een combinatie daarvan, maar we houden ons ook bezig met gezondheid en bijvoorbeeld afvallen. De bedoeling is ook om conditie en zelfvertrouwen te kweken bij onze pupillen. We werken overigens wel aan een sociaal project. Dat betekent dat we les willen geven aan minder fortuinlijke kinderen. Ik geef niet alleen les, maar maak natuurlijk ook schoon, koop spullen in en doe alles wat nodig is om deze gym te runnen. De administratie laat ik overigens graag over aan mijn compagnon"

Hoe lang doe je dit werk al?

"Officieel is Pro-Fit in 2015 opgericht, maar we zijn pas dit jaar professioneel gestart. Op Curaçao begon ik met judolessen en had in Koraal Specht mijn eigen kickboksvereniging. Ik ben bij verschillende sportscholen les gaan geven, onder andere bij sportschool Baas. Maar daarnaast werkte ik ook in de bouw, hoor."

Wat vind je het leukste aan je werk?

"Als ik mensen vooruit zie gaan. Dat is mooi om te zien. Mensen komen natuurlijk eerst binnen om te kijken hoe het er hier aan toegaat. Als ze dan besluiten hier te sporten, zie je ze vanaf dat moment niet alleen lichamelijk maar ook geestelijk groeien. Soms twijfelen ze of ze er wel geschikt voor zijn, maar als ze dan een paar maanden aan het trainen zijn, zie je een enorme vooruitgang. Daarnaast vind ik het geweldig om les te geven. Dus ja, ik ben een zeer tevreden mens. Gideon en ik zijn beiden bezig met onze passie!"

Wat vind je het minst leuke?

"Huur betalen! Maar nee, eigenlijk een hele goeie vraag. Jee, even denken hoor. Oh ja, ik weet wel iets. We hadden een jongen hier die heel veel plezier had in het sporten. Die was er zo gelukkig mee en had ook talent. Maar zijn vader had er geen tijd meer voor. Dat vind ik zo jammer. Dat ouders niet genoeg tijd en energie willen investeren in de begeleiding. Ik heb zelf vijf zoons en die sporten allemaal en weet dus uit ervaring hoeveel tijd er in gaat zitten. Maar ik heb dat nooit als reden gezien om hen te laten stoppen."

Wat was je geweest als je dit werk niet had gedaan?

"Nou, ik ben van nature een speurneus, verdiep me overal in.
Dus rechercheur leek me wel spannend. Het is er dus niet van gekomen."

Hypnotherapie: placebo of panacee?

Het woord hypnose leidt vaak tot visioenen van gewillige deelnemers betrokken bij gênante stunts op bevel van een hypnotiseur. Jammer genoeg ondermijnen deze shows de geloofwaardigheid van de klinische hypnotherapie.

Het concept hypnose gaat zover terug als onze geschiedenis. Het moderne wetenschappelijke begrip van hypnose is ontstaan met de Schotse arts James Braid (1795-1860), die het woord 'hypnose' bedacht (van het Griekse 'hypnos' dat slaap betekent) wat in vele opzichten een minder accurate beschrijving is daar hypnose beslist geen slaaptoestand is. In de loop der jaren is de belangstelling voor hypnose gegroeid. Het is nu goedgekeurd door de British Medical Association (BMA) en de American Medical Association (AMA). Hypnose kent een indrukwekkende wetenschappelijke basis en wordt al meer dan 200 jaar succesvol in de praktijk toegepast.

Talrijke studies geven aan dat hypnotherapie gunstig kan zijn in het beheer en de behandeling van een brede groep klachten en problemen, zoals onder andere pijnbestrijding, slaapstoornissen, angst, depressie, astma, huidklachten zoals eczeem en psoriasis, maar ook verslaving en fobieën. Misschien wel het meest overtuigende bewijs is het gebruik van hypnotherapie voor gastrolintestinale klachten zoals het prikkelbare darm syndroom (IBS, Irritable Bowl Syndroom). Hypnotherapie wordt steeds vaker gebruikt in medische klinieken voor bevallingen en ook voor het stoppen met roken, stress en afvallen.

Wat is hypnose?

Niemand begrijpt volledig hoe hypnose werkt maar studies hebben aangetoond dat mensen een duidelijk ander patroon van hersenactiviteit hebben wanneer ze worden gehypnotiseerd. De mens werkt geestelijk op twee verschillende mentale staten die wij in hypnotherapie het bewustzijn en het onderbewustzijn noemen. De belangrijkste functie van het bewustzijn is ons redenerend en analytisch vermogen. Het onderbewustzijn herbergt ons permanente geheugen en onze emoties. Tussen het normale bewustzijn en het onderbewustzijn zit een soort filter. Dit filter wordt in de hypnotherapie de 'kritische factor' genoemd en werkt samen met het onderbewustzijn als een soort firewall. Hypnose is een techniek die de kritische factor passeert en aanvaardbare suggesties door het onderbewuste laat opnemen waardoor er duurzame veranderingen mogelijk zijn.

Om onder hypnose te gaan moet een persoon nadrukkelijk willen meewerken. Niemand kan tegen zijn of haar wil gehypnotiseerd worden. Alleen suggesties die (moreel) aanvaardbaar zijn voor de persoon worden opgenomen. Alle andere suggesties worden verworpen en zorgen ervoor dat de persoon uit de hypnose terugkomt. Er bestaat wel een groot verschil tussen wat voor de een of de andere persoon aanvaardbaar is.

Verlies ik controle terwijl ik onder hypnose ben?

Een grote misvatting is het feit dat veelal gedacht wordt dat je onder hypnose de controle overdraagt en willoos de opdrachten van de hypnotiseur uitvoert. Dat is een beeld dat we in speelfilms regelmatig krijgen voorgeschoteld en deze indruk krijg je ook als je naar een hypnoseshow kijkt.
Gelukkig dragen we onder hypnose de controle over onszelf niet over. Er blijven allerlei beschermingsmechanismen functioneren, zowel op bewust als onbewust niveau, in het bijzonder tijdens een hypnosesessie. Die beschermingsmechanismen zorgen ervoor dat we geen suggesties aanvaarden die we moreel onaanvaardbaar vinden. Dergelijke suggesties worden verworpen en kunnen ervoor zorgen dat iemand onmiddellijk terugkomt uit hypnose.

Moderne hypnotherapie/ Omni hypnose

Er zijn twee bekende moderne grondleggers van hypnose, Milton Erickson en Dave Elman. Omni baseert zijn methoden voor een deel op het werk van Dave Elman. De grondlegger van Omni, Jerry Kein is een directe leerling van Elman. Het is fascinerend om Jerry's verhaal te horen, hoe hij op jonge leeftijd in contact kwam met Elman en hoe hij als een van de bijzonder weinige personen de gelegenheid kreeg om als leek aanwezig te zijn bij de 'live' trainingen van Elman. Elman liet namelijk uitsluitend artsen, tandartsen en verpleegkundigen toe bij zijn opleidingen.

In 1979 heeft Jerry het Omni Hypnosis Training Instituut opgericht en dit opgebouwd tot een van de bekendste en meest prestigieuze hypnoseopleidingen ter wereld. In de loop der jaren heeft hij duizenden hypnotherapeuten opgeleid in meer dan tachtig landen en vanuit allerlei disciplines zoals artsen, tandartsen en psychologen.

Op Aruba...

Op Aruba kan men voor hypnotherapie terecht bij het Aruba Hypnosis Center waar Eddy Oduber al tien jaar directeur/hypnotherapeut is. Oduber is een DCI (Designated Certified Instructor) van Omni Hypnosis Training Center en is persoonlijk door Jerry Kein opgeleid in DeLand, Florida. Hij is ook instructeur van de National Guild of Hypnotists (NGH), de grootste hypnoseorganisatie ter wereld. In juni organiseert Omni Dutch Caribbean op Aruba een 'Basic Through Advanced Hypnotherapy Omni Training', een intensieve zevendaagse Omni-opleiding in het Engels, van Basis tot en met Geavanceerd.

Of je nu hypnotherapie wilt uitoefenen of gewoon hypnotherapie voor eigen zelfontplooiing wilt leren, Omni is de beste keuze.

Dit artikel is geschreven door Eddy Oduber en deels gebaseerd op publicaties van Ina Oostrom. Eddy Oduber is bereikbaar via e-mail-adres hypnosis@arubanet.com.

Bundel met juridische

20 jaar in de advocatuur

Mirto F. Murray zit twintig jaar in de advocatuur. Ter gelegenheid daarvan heeft hij bij 'Boom juridisch' een geschenkboek uitgebracht met juridische columns en artikelen van zijn hand die reeds eerder zijn gepubliceerd, onder meer in de Ñapa.

Het boek, 'Liber Donum?!' is ook te koop in de boekhandel. De '?!' is het handelsmerk van de advocaat. De stukken verschenen tussen 2009 en 2015.

Murray is advocaat en vennoot bij SMS Attorneys at Law op Curaçao, oud-deken van de Orde van Advocaten Curaçao en voorzitter van de redactie van het Caribisch Juristenblad.
Hij draagt zijn boek op aan Gerard Spong die hem heeft geïnspireerd om advocaat te worden. Spong heeft ook het voorwoord geschreven. "Het is weinig juristen gegeven gecompliceerde rechtsfenomenen in eenvoudige en heldere bewoordingen uit te leggen. Dat is een gave, waarmee de beklijving van het recht weerspiegeld wordt. Mirto beschikt zonder enige twijfel over die gave."
In zijn inleiding stelt Murray: "In de stukken, artikelen zoals u wilt, leg ik steeds de in mijn ogen ogenschijnlijk niet-gerelateerde verbanden bloot tussen het recht enerzijds en een fenomeen als vuilnis, plassen of spreekwoorden anderzijds."

Hij zegt zich vooral te richten op de gemiddeld geïnteresseerde en geïnformeerde krantenlezer (voor de echte liefhebbers staan er soms verwijzingen naar vindplaatsen van stukken bij).

artikelen Mirto F. Murray

Hieronder een van de artikelen uit de bundel.

Sprookjesrecht?!

'Er was eens…' is bij uitstek kenmerkend voor het begin van een meestal mondeling overgeleverd verhaal dat zich typisch afspeelt op een onbepaalde plek op een onbepaalde tijd, ofwel een sprookje. Alhoewel het niet raadzaam is kinderen daarmee lastig te vallen, zijn er in elk sprookje wel elementen van het recht waar te nemen. Voorwaar, ik zeg u, sprookjesrecht bestaat!

Tekst: **Mirto F. Murray**

Zo valt zonder enige twijfel in 'De gelaarsde kat' van Doré de rechtsfiguur 'oplichting'te herkennen. De oplichting schuilt in het door de molenaarszoon aannemen van een strafbare, valse hoedanigheid wanneer hij zich op aanraden van de door hem geërfde, zoals de naam dat doet bevroeden, in laarzen gestoken kat, uitgeeft als de Markies van Carabas teneinde de koning te bewegen hem de hand van zijn dochter te gunnen.

Ook de molenaar in 'Repelsteeltje' – van de gebroeders Grimm – die de koning deed geloven dat zijn mooie dochter van stro toch echt goud kon spinnen, maakte zich schuldig aan oplichting toen hij door een samenstel van verdichtsels trachtte de koning in het huwen met zijn dochter te interesseren. Nu in beide sprookjes het beoogde huwelijk ook daadwerkelijk volgde, bleef het niet bij een poging tot oplichting. Een evenzeer geslaagde oplichting doet zich voor in het in 1837 verschenen sprookje 'De nieuwe kleren van de keizer' van Hans Christian Andersen waarin de twee 'kleermakers' de keizer en zijn adviseurs wijsmaakten dat het tegen betaling vervaardigde keizerlijk gewaad onzichtbaar zou zijn voor eenieder die voor zijn ambt niet deugde of ongelooflijk dom was. Een strafrechtadvocaat zou zich erop kunnen beroepen dat de keizer en met hem zijn adviseurs en hovelingen wel erg goedgelovig maar meer nog uitermate ijdel waren en dat er dus van het door misleiding bewegen tot betaling voor niet-verleende diensten geen sprake was.
De luitspelende vreemdeling in 'De rattenvanger van Hamelen' van de gebroeders Grimm kon zich uiteraard beroepen op wanprestatie, te weten het toerekenbaar niet-nakomen van een overeenkomst, toen de gemeente Hamelen weigerde hem te betalen voor het doen verdwijnen van maar liefst 990.999 ratten. Het vervolgens wegmaken van 130 kinderen toen de betaling uitbleef kan met goede wil als ontvoering, ofwel in strafrechtelijke termen als het wederrechtelijk beroven of beroofd houden van de vrijheid, worden beschouwd.
De ouders van Hans en Grietje, kenbaar uit het gelijknamige sprookje, eveneens van de gebroeders Grimm, zouden zonder meer uit de ouderlijke macht gezet kunnen worden toen zij het presteerden om de beide kindertjes moederziel alleen achter te laten diep in het bos omdat zij geen mogelijkheid zagen de kinderen te voeden toen alles duurder werd in het land.
Van ronduit ongewenste intimiteiten valt de ongevraagd kussende prins in 'Doornroosje' te beschuldigen. Een strafrechtelijke aangifte van de prinses ter zake verkrachting valt echter niet te verwachten nu zij door de kus weer wakker werd uit haar honderdjarige slaap en ons hoogste rechtscollege, de Hoge Raad, zelfs een ongewilde tongzoen niet langer als verkrachting ziet (NJ 2013, 437).
Aan een mislukte uitlokking tot moord maakt de stiefmoeder van Sneeuwwitje in het gelijknamig sprookje van de gebroeders Grimm zich schuldig wanneer zij een jager opdracht geeft haar stiefdochter naar het bos te brengen en haar om te brengen en als bewijs haar lever en longen mee te nemen. Mislukte uitlokking omdat de jager het uiteindelijk niet doet. Een regelrechte poging tot moord valt de stiefmoeder te verwijten wanneer zij zich, verkleed als een boerenvrouw, met een giftige appel naar het huis van de zeven dwergen begeeft en zij haar stiefdochter zo ver krijgt dat zij van die appel eet. Het feit dat de stiefmoeder koningin is, is in zoverre relevant dat zij strafrechtelijk niet verantwoordelijk kan worden gehouden voor haar daden.
Wanneer Grietje de heks in de oven duwt en de ovendeur dichtslaat komt al gauw de figuur doodslag of zware mishandeling met de dood als gevolg om de hoek kijken. Indien echter beseft wordt dat die doodslag gezien kan worden als de noodzakelijke verdediging om een eind te maken aan de wederrechtelijke vrijheidsberoving van Grietje en haar broer Hans door dezelfde boze heks, valt door een advocaat onder verwijzing naar een recente uitspraak van de Hoge Raad (22 maart 2016 ECLI:NL:HR:2016:456) met vrijwel gegarandeerd succes te bepleiten dat er sprake is van noodweer of noodweerexces en gaat Grietje allicht vrijuit.

Ach, geachte lezer, het is vast niet de bedoeling sprookjes te toetsen op hun juridische houdbaarheid, maar soms kan ik het niet laten alles en iedereen tegen de juridische meetlat te leggen… Ik hoop desalniettemin nog lang en gelukkig te leven!

Beestjes in je bed

In je zoektocht naar je droomhuis heb je een prachtig huurappartement gevonden. De handtekening onder het huurcontract is snel gezet. Eenmaal je intrek genomen, bevalt het allemaal erg goed totdat je plotseling last krijgt van jeuk en bultjes over je lichaam. Na een zoektocht op het internet besef je dat er bedwantsen ('bed bugs') in je appartement zitten. Jakkes! Maar ondanks meerdere bestrijdingspogingen zijn deze beestjes niet weg te krijgen. Jij zit nu met een probleem, maar hoort de verhuurder dit niet op te lossen?

Tekst: **Susanne Pendjol-Klarenbeek**

De vraag wie 'beestjes' in je huurhuis – zoals bedwantsen, maar ook kakkerlakken, muizen of ratten – moet verjagen, is in de rechtspraak al meerdere malen aan de orde geweest.
Allereerst moet worden vastgesteld of er sprake is van een 'gebrek' in de zin van artikel 7:204 van het Burgerlijk Wetboek ('BW'). Alle genotsbeperkende omstandigheden die niet aan de huurder zijn toe te rekenen vallen in principe onder deze definitie. Het gaat hierbij om een staat of een eigenschap van de gehuurde zaak. Vervolgens moet worden gekeken of het gebrek niet een kleine herstelling is die de huurder volgens artikel 7:217 BW verplicht is zelf te verhelpen.
Wat moet worden aangemerkt als een gebrek of kleine herstelling is niet precies in de wet vastgelegd. Partijen zijn vrij daarover in de huurovereenkomst nadere afspraken te maken. Hebben partijen geen nadere afspraken gemaakt, dan komen voor rekening van de huurder de herstellingen die nodig plegen te worden als gevolg van wat zich gewoonlijk bij een normaal gebruik van het gehuurde door de huurder voordoet. Zo is de huurder zelf verantwoordelijk voor de bestrijding van ongedierte voor zover daaraan geen noemenswaardige kosten verbonden zijn en voor zover de aanwezigheid van dit ongedierte geen gevolg is van de bouwkundige situatie van de woonruimte.
Terug naar de bedwantsen. In principe is de huurder dus gehouden deze zelf te bestrijden en kan de aanwezigheid ervan niet worden aangemerkt als een gebrek in de zin van artikel 7:204 BW. In de rechtspraak is echter bepaald dat, indien het niet meer in het vermogen van de huurder ligt om de bedwantsen (of andere beestjes) te bestrijden, er toch sprake is van een gebrek. De verhuurder is in dat geval wel gehouden de plaag te bestrijden. Hiervan is bijvoorbeeld sprake indien het ongedierte zich over meerdere woningen heeft verspreid. In dat geval zal de verhuurder in actie moeten komen. Het gaat er dus om of de bestrijdingsverplichting redelijkerwijs van de huurder gevraagd kan worden.

Indien het niet onmogelijk is om het ongedierte zonder noemenswaardige kosten te bestrijden, maar de verhuurder weigert het gebrek te verhelpen, dan kunt u als huurder de gemaakte bestrijdingskosten verhalen op de verhuurder of een evenredige vermindering van de huurprijs vorderen. Daarnaast is de verhuurder, indien aan de voorwaarden is voldaan zoals beschreven in artikel 7:208 BW, verplicht tot een vergoeding van de door het gebrek veroorzaakte schade.

Het antwoord op de vraag wie verantwoordelijk is voor het bestrijden van bedwantsen (en andere beestjes) is, zoals u heeft kunnen lezen, afhankelijk van een heleboel omstandigheden. Voor de huurder is het belangrijk om aan te geven dat hij in zijn huurgenot wordt beperkt en dat er geen sprake is van een kleine herstelling die hijzelf zou moeten verhelpen, bijvoorbeeld omdat de constructie van de woning extra vatbaar is voor ongedierte en de bestrijding hiervan extra moeilijk is.

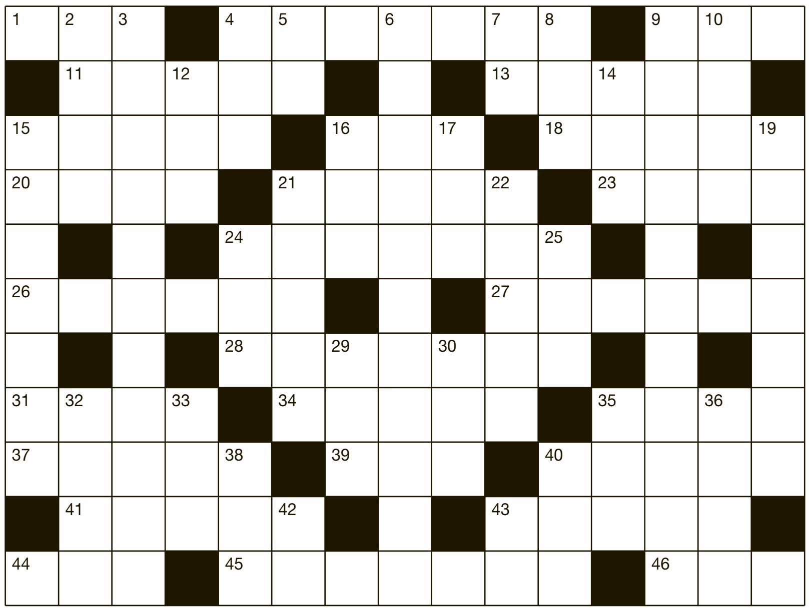
Susanne Pendjol-Klarenbeek is als advocate werkzaam bij SMS Attorneys at Law en is onder andere gespecialiseerd op het gebied van huurrecht.

Puzzels.

PRIJSPUZZEL

HORIZONTAAL
1 tandwiel, **4** verplichting opleggend, **9** groet, **11** vlinderpop, **13** goed zo!, **15** ruzie, **16** platvis, **18** boom, **20** tocht, **21** manieren, **23** steunpilaar, **24** bedelen, **26** werpen, **27** korte weergave van de inhoud, **28** behoefte aan drinken, **31** Zuid-Amerikaanse plant, **34** stuk vuurwerk, **35** kledingstuk, **37** in elkaar, **39** Bijbelse figuur, **40** voordelig, **41** van dun rijshout, **43** bierflesje, **44** metaal, **45** handelsartikel, **46** hevig.

VERTICAAL
2 jeugdpuistjes, **3** spelattribuut, **4** tegoedbewijs, **5** voorzetsel, **6** besluitvaardig, **7** Noord-Brabant (afk.), **8** aanstonds, **9** affaire, **10** ophitsing, **12** verhoogde toon, **14** uitroep, **15** Japanse vouwkunst, **16** strafwerktuig, **17** verlaagde toon, **19** dampig, **21** de mindere, **22** opeenvolging, **24** bloemperk, **25** scherpe kant van een mes, **29** functie, **30** uiting van berusting, **32** niet voor, **33** getal, **35** kraan, **36** melkklier, **38** niet echt, **40** gat in het ijs, **42** nummer, **43** computer.



Uit de inzendingen van de Amigoe-puzzel van vorige week is als winnaar van de weekprijs van 25 gulden getrokken:

C. de Waal
Venezuelastraat 5
Aruba

A. Sambo-Malasia
Kaya Frater Fidelius 7
Curaçao

De winnaar kan zijn/haar prijs na identificatie ophalen op het kantoor van de Amigoe. Curacao: Kaya Fraterna di Skèrpènè z/n tot drie uur n.m. Aruba: Bilderdijkstraat 16-2 tijdens kantooruren. Bonaire: Shon Ma Carolina, Kaya Nikiboko Noord 18.

Oplossingen moeten zowel op Curaçao als Aruba zijn ingediend op woensdag voor 12:00 uur. Gelieve duidelijk op de enveloppe te vermelden: Amigoe-puzzel.
Vanuit Bonaire kan de oplossing gefaxt worden naar Curaçao: (00599-9) 767-4744.

SUDOKU

Schrijf alle cijfers 1 t/m 9 in alle verticale kolommen, alle horizontale rijen én in alle vierkantjes van 3 x 3 vakjes.

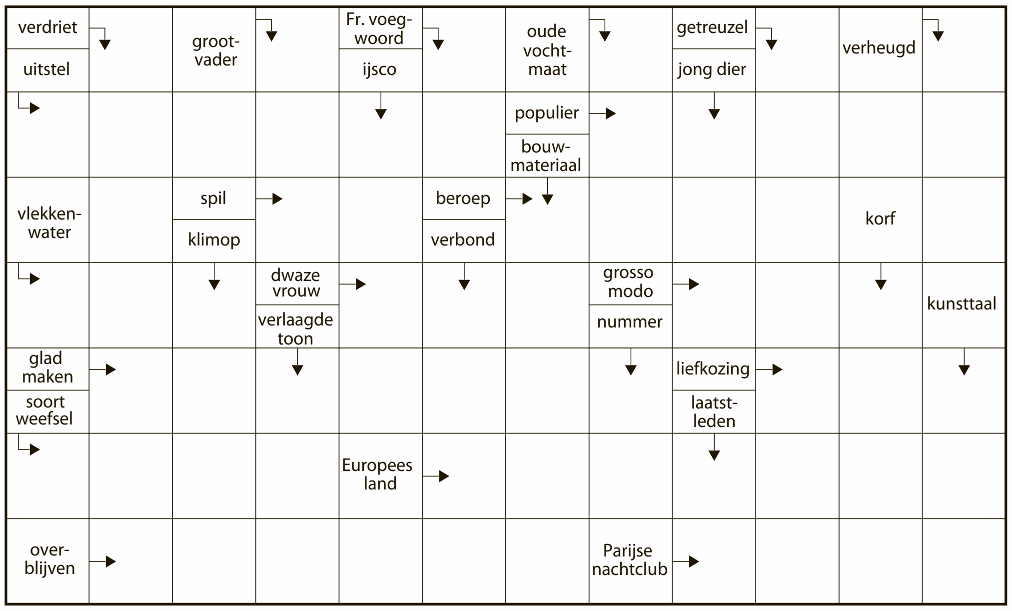
LIGHT

7			9	1			8	
6			4		5			2
		3				5		1
	7			3				
	6	4	2					5
	3	9			7	6		
9			3	5				
8	4	2		9		1		
		7			8		6	

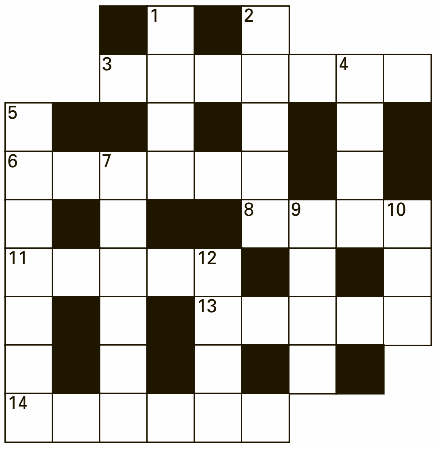
HEAVY

	4					6	3	8
7	2	5						
6		8						9
			3			7	5	2
							1	
9	7							
			2		6			4
			5	4				

ZWEEDSE PUZZEL



CRYPTOGRAM



HORIZONTAAL:
3. Een pensionhouder zou het (niet) moeten zijn (7); **6.** Over het front van een insect (6); **8.** Wedstrijd in een legerplaats (4); **11.** Onder hen komt het tot bederf (5); **13.** Deze bloemen vormen een goede zitplaats (5); **14.** Houten hand (6).

VERTICAAL:
1. Breng een staaf ter wereld! (4); **2.** Laat de zeilen neer en maak ze glad! (5); **4.** Zo eng is het niet aan boord (4); **5.** Via een duw naar de andere kant (7); **7.** Een klinker staat erop (1,5); **9.** Reeds direct op deze wijze (4); **10.** Au, een boom! (3); **12.** En hiervoor is het een sport om binnen te komen (4).

WOORDZOEKER

L	E	V	E	N	S	L	U	S	T	G	O	O
A	A	E	E	C	O	I	U	K	T	T	E	P
W	D	N	A	R	T	B	N	C	U	E	L	A
A	A	M	D	G	D	I	E	U	H	R	O	N
A	P	N	L	B	B	O	T	L	E	T	E	K
I	S	IJ	T	W	O	I	V	M	P	M	E	I
E	E	C	O	S	T	U	M	I	E	R	E	R
R	T	H	H	S	C	A	W	N	N	K	IJ	I
I	S	A	B	U	J	H	T	E	A	G	A	S
G	R	U	L	D	L	N	I	R	R	O	A	C
O	S	V	N	O	O	D	W	E	E	R	N	O
R	Y	I	E	N	N	O	E	N	L	M	M	P
E	W	N	G	J	T	S	A	K	S	IJ	A	I
U	S	I	M	U	L	A	N	T	E	A	K	E
S	V	S	A	A	N	S	T	E	L	L	E	N
A	E	T	E	N	S	R	E	S	T	R	N	D

In deze mengelmoes van letters zijn al de onderstaande woorden verstopt. Streep alle woorden door. De resterende letters vormen dan regel voor regel van links naar rechts gelezen de oplossing van deze puzzel.

AANMAKEN
AANSTELLEN
AUTOWRAK
AVIGNON
CHAUVINIST
COSTUMIERE
CULMINEREN
DONJUAN
ESPADA
ETALON
ETENSREST
IJSKAST
IRISCOPIE
KOETS
LANDBOUWER
LAWAAIERIG
LEVENSLUST
LUCHTER
NOBELPRIJS
NOODWEER
OELOE
ONTNEMEN
OPANK
RIGOREUS
SCAMPI
SCHIELIJK
SCHULD
SHOWBINK
SIMULANTE
SLAAP
SUBSTITUUT
TREMA
UITGLIJER
VERDOVING
WANTS
WINDJAMMER

© Sanders Puzzelboeken/160528

OPLOSSINGEN VORIGE KEER

Light

2	7	3	4	8	9	5	1	6
4	5	9	6	7	1	2	8	3
6	8	1	3	2	5	7	4	9
9	3	8	7	5	4	1	6	2
5	2	7	1	3	6	4	9	8
1	6	4	8	9	2	3	5	7
7	4	2	5	6	8	9	3	1
3	1	6	9	4	7	8	2	5
8	9	5	2	1	3	6	7	4

Heavy

7	4	5	3	1	2	9	6	8
2	3	9	7	6	8	1	5	4
8	1	6	5	4	9	3	2	7
6	7	1	2	8	3	4	9	5
4	9	2	1	5	7	8	3	6
3	5	8	4	9	6	7	1	2
9	6	4	8	2	1	5	7	3
5	2	3	9	7	4	6	8	1
1	8	7	6	3	5	2	4	9

Cryptogram:
Horizontaal: 3. Gerucht; 6. patrijs; 8. test; 11. animo; 13. praam; 14. retina.
Verticaal: 1. Beer; 2. kunst; 4. huis; 5. speaker; 7. toilet; 9. Enak; 10. tijm; 12. open.
Woordzoeker:
MEUBELSTUK

Zweedse puzzel

	B		I		E		K		E		S
B	A	L	S	E	M		E	M	E	L	T
	G		R	H		L	U	I	T		A
J	H	R		B	I	O		S	L	A	
	E	U	F	O	N	I	E		U	S	A
E	R	I	E		K	R	O	P	S	L	A
	A	G	E	N	T	E		S	T	A	R

Prijspuzzel

T	O	E	N	A	M	E		IJ	L	T	E	M	P	O
	P		P	L	A	N	T	S	O	E	N		IJ	
K	E	A		K	A	K	E	T	O	E		O	L	E
L	E	C	H		G	E	L	IJ	K		S	N	E	E
I	N	H	A	M		L	E	D		A	L	E	R	T
E		T	R	O	S		V		E	R	A	F		C
R	A	T	E	L		L	I	D		K	A	F	K	A
I	M	A	M		H	I	S	W	A		N	E	R	F
G	I	L		G	O	E	I	E	R	D		N	E	E
	G		Z	I	L	V	E	R	M	IJ	N		E	
D	O	M	I	N	E	E		G	E	K	L	E	T	S

Indonesië

Een eiland met vele kleuren, geuren en gezichten. Curaçao is de ultieme mix van diversiteit in cultuur en de cijfers bevestigen dit. In meer dan 140 verschillende landen zijn er mensen die op Curaçao wonen geboren. Mensen met allemaal hun eigen gewoontes, tradities en verhalen. Vandaag maken we kennis met de Nederlands-Indische Maureen Geul-King die in Indonesië geboren is en het land op haar zevende verliet. Zij kwam in de jaren tachtig naar Curaçao met haar man die hier ging werken.

Tekst: **Judice Ledeboer** Foto: **Ken Wong**

Hoe is jouw Curaçao-verhaal begonnen?

"Ik ben geboren op een koffieplantage in Indonesië. Ik heb een bevoorrechte jeugd gehad. Als kind merkte ik niets van de problemen die er in die tijd speelden. Op een dag werden mijn moeder, mijn zusje en ik plotseling op een boot gezet. Dat was in december 1957. We kwamen in januari 1958 in Nederland aan. Mijn moeder had alleen een koffertje bij zich. Die tijd komt op het moment heel erg bij me terug nu ik al die problemen zie over de vluchtelingen. Ik heb die bootreis echter als een avontuur ervaren. Ik was een kind en vond het allemaal heel spannend. We moesten echter alles achterlaten. We werden in Nederland naar militaire barakken in Budel gebracht, maar mijn moeder wilde naar Den Haag. Na twee dagen in Budel vroeg ze: 'Waar is de bus naar Den Haag?'. En toen gingen we naar Den Haag. Ik woonde daar ik tot mijn 33e, daarna ging ik met mijn partner mee naar Curaçao waar hij een baan kreeg. Na een paar jaar verhuisden we naar Peru, Venezuela en Spanje, maar in 2006 kwamen we weer terug naar Curaçao. Ik ben een tropenkind. Ik vind het heerlijk om hier te wonen."

Heb je je doel bereikt?

"Mijn oma zei altijd als ze aan het koken was: 'Kom me helpen, dan leer je koken en als je ooit zonder geld komt dan kun je altijd koken'. En zo heb ik goed Indisch leren koken. Ik heb veel gekookt voor mensen privé maar ook als cateraar. Ja, daarin heb mijn doel in bereikt."

Wat mis je uit je eigen land?

"Als ik iets mis heeft het met eten te maken. Ik mis het fruit van Azië, zoals de durian. Degenen die deze vrucht niet kennen vinden altijd dat die heel erg stinkt, maar er zitten heel veel vitamines in. En al die verse kruiden."

Wat zijn de grootste verschillen en overeenkomsten tussen Curaçao en jouw eigen land?

"In Indonesië zijn de mensen heel erg aardig en gastvrij. Je wordt gelijk opgenomen in een familie. De eerste jaren dat ik op Curaçao woonde, in de jaren tachtig, heb ik dat hier ook zo ervaren. Die jaren waren geweldig. Een groot verschil tussen Indonesië en Curaçao is natuurlijk de cultuur. Het is daar ook veel groter. Ik herinner me dat we soms twee of meer uren moesten rijden als we ergens naartoe gingen. De afstanden zijn daar veel groter. Andere overeenkomsten zijn de temperatuur, de warmte, het klimaat dus en de mooie stranden. Een groot verschil is dat er in Indonesië veel oerwoud is. Ik heb ooit een koningstijger gezien in het oerwoud. Helaas zijn die dieren nu uitgestorven, ze zijn allemaal uitgemoord."

Wat is jouw wens voor de toekomst van Curaçao?

"Voor mij is Curaçao het paradijs. Ik wens dat het eiland rustig blijft. Het is het meest ontwikkelde eiland in het Caribisch gebied. Curaçao heeft zo veel potentie. Neem nou het toerisme. Ik vind dat er meer opleidingen moeten komen op het gebied van toerisme. We kunnen er veel meer uithalen dan we nu doen."